

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN  
AGRESIVITAS PADA *CAREGIVER* LANSIA  
SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**

Oleh:

**Dimas Prastia Putra P**

**1731080090**

**PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI ISLAM**

**Pembimbing 1 : Drs. M. Nursalim Malay, M.Si**

**Pembimbing 2: Nugroho Arief Setiawan, M.Psi., Psikolog**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTANLAMPUNG**

**1441 H/2021 M**

## ABSTRAK

### Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Agresivitas pada *Caregiver* Lansia

Oleh :

**Dimas Prastia Putra P**

Ketika seseorang mulai masuk kedalam usia lanjut maka akan terjadi penurunan fisik yang lebih besar dari usia sebelumnya., sehingga secara alamiah lansia akan banyak mengalami gangguan kesehatan bahkan hingga jatuh sakit. Oleh sebab itulah lansia membutuhkan seseorang untuk membantunya melakukan aktivitas sehari-harinya, mereka yang melakukan hal tersebut dinamakan *caregiver*. Ketika seseorang menjadi *caregiver* bagi seorang lansia maka akan menyebabkan seseorang kehilangan kehidupan dalam dunia sosialnya karena kurang waktu dalam berhubungan dengan sanak saudara dan teman-temannya untuk bersosialisasi, mengorbankan waktu untuk berlibur, melakukan hobi, kurangnya berolahraga atau aktivitas sosial lainnya.

Hal ini dapat membuat sosok *caregiver* mengalami tekanan mental dan mengalami kelemahan yang sebenarnya karena mereka perlu memberikan lebih banyak kesempatan yang ia berikan terhadap seorang lansia, menggunakan energi dan menanggung beban moneter. *Caregiver* dapat mengalami tekanan mental yang tidak bisa mereka kontrol karena hal tersebut, sehingga dapat menyebabkan terjadinya kekerasan pada lansia. Terjadinya agresivitas dalam hal ini diduga karena adanya faktor stres yang dialami lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres dengan agresivitas pada *caregiver* lansia. Adapun hipotesis pada penelitian ini yaitu ada hubungan antara tingkat stres dengan agresivitas pada *caregiver* lansia.

Populasi dalam penelitian ini ialah masyarakat kelurahan sukabumi lingkungan II dengan jumlah 148 orang. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* dan yang menjadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 orang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi meliputi skala stres dan skala agresivitas. Skala agresivitas berjumlah 37 aitem ( $\alpha=0.925$ ), pada skala stres berjumlah 37 aitem ( $\alpha=0.874$ ). Teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis korelasi *pearson product moment* yang dibantu dengan program *JASP* Versi 0.14.1.0.

Data yang dianalisis menunjukkan hasil, korelasi  $r = 0,462$  dan signifikansi  $p < 0,001$ . Maka dari hasil analisis tersebut menunjukkan bahwasannya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan agresivitas pada *caregiver* lansia, dengan sumbangan efektif variabel stres terhadap variabel terikat sebesar 21,4%, sedangkan pengaruh variabel lain di luar penelitian sebesar 78,6%.

**Kata Kunci :** *Stres, Agresivitas, Caregiver, Lansia*





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**  
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp(0721)703531, 780421

**PERSETUJUAN**

Judul Skripsi : Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Agresivitas  
Pada Caregiver Lansia  
Nama : Dimas Prastia Putra P  
NPM : 1731080090  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah  
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama  
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Drs. M. Nursalim Malay, M.Si**

**NIP.1963010119990310001**

**Nugroho Arief Setiawan, M.Psi., Psikolog**

**NIDN. 2004028703**

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi Psikologi Islam**

**Abdul Oohar, M.Si**

**NIP. 197103122005011005**





**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703531, 780421

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : **Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Agresivitas pada Caregiver Lansia** disusun oleh **Dimas Prastia Putra P. NPM : 1731080090**. Program studi : **Psikologi Islam**. Fakultas : **Ushuluddin Dan Studi Agama**, telah dimunaqosyahkan pada hari, tanggal : **Senin, 19 April 2021**

**TIM DEWAN PENGUJI**

Ketua : **Abd. Qohar, M.Si**

Sekretaris : **Angga Natalia, M.I.P**

Penguji utama : **Dra. Hj. A. Retnoriani, M.Si., Psikolog**

Penguji pendamping I : **Drs. M. Nursalim Malay, M. Si**

Penguji pendamping II : **Nugroho Arief Setiawan, M.Psi., Psikolog**

**DEKAN**

**Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama**

**Dr. H. Afif Anshori, M.Ag**  
**NIP. 196003131989031004**



## PEDOMAN TRANSLITERASI

*Transliterasi* Arab-Latin digunakan sebagai pedoman yang mengacu pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

### 1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	‘ (Koma terbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	‘ (Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	<u>H</u>	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

### 2. Vokal

Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap	
ـَ	A	جَدَلْ	ا	Â	سَارَ	آ...ئِ	Ai
ـِ	I	سَدِلْ	ي	Î	قَيْلَ	أ...ؤ	Au
ـُ	U	دَكِرَ	و	Û	يَجُورَ		

**3. Ta Marbutah**

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : *Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im*.

**4. Syaddah dan Kata Sandang**

Transliterasi tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : *al-Markaz, al-Syamsu*.

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

*Assalamua'alaikum Wr.Wb*

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Dimas Prastia Putra P

NPM : 1731080090

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Agresivitas pada *Caregiver* Lansia” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Bandar Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb*

Bandar Lampung, 06 April 2021

Yang menyatakan,



**Dimas Prastia Putra P**  
**1731080090**

## MOTTO

يُسْرًا أَلْهَبَ مَعَ فَإِنَّ , يُسْرًا أَلْهَبَ مَعَ إِنَّ

*“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya  
sesudah kesulitan itu ada kemudahan”*

**(QS. Al-Insyirah: 5-6)**



## **PERSEMBAHAN**

Yang Utama Dari Segalanya, sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW. Segala syukur kuucapkan kepadaMu Ya Rabb, karena sudah menghadirkan orang-orang berarti disekeliling saya. Yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi saya ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini, maka saya persembahkan untuk:

1. Untuk ayah saya Sukar Dwi Purwanto dan ibu saya Ganjar Sarimana terima kasih sudah memberiku cinta dan kasih sayang kalian, sudah membimbingku, mendidikku, memberiku pelajaran tentang semua kehidupan, serta doa kalian sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk Kakak saya tersayang Dian Pratama Putra P, terima kasih atas semangat dan motivasi yang engkau berikan kepadaku hingga saat selesainya skripsi ini.

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama lengkap Dimas Prastia Putra P, dilahirkan di Bandar Lampung pada tanggal 12 Januari 1999. Anak kedua dari dua bersaudara, dengan ayah yang bernama Sukar Dwi Purwanto dan ibu yang bernama Ganjar Sarimana. Untuk pertama kali menempuh pendidikan di:

1. TK Dewi Sartika, Bandar Lampung, Lulus tahun 2005
2. SD Negeri 2 Sukabumi, Bandar Lampung, Lulus tahun 2011
3. SMP Negeri 5 Bandar Lampung, Lulus tahun 2014
4. SMA Gajah Mada Bandar Lampung, Lulus tahun 2017

Pada tahun 2017 terdaftar sebagai salah satu mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrohmanirohim*

*Assalamuallaikum warahmatullahi wabarakatuh*

*Alhamdulillahirobbil'alamin.* Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, Ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Pada saat proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri., M.Ag selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
3. Bapak Abdul Qohar, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan arahan serta informasi penting dalam hal perkuliahan dan telah menyetujui skripsi saya untuk disidangkan.
4. Bapak Drs. M.Nursalim Malay, M.Si selaku dosen pembimbing I dan Bapak Nugroho Arief Setiawan, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk mendampingi peneliti, memberi arahan, semangat dan memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran serta dedikasih yang luar biasa untuk peneliti.
5. Bapak Faisal Adnan Reza, M.Psi., Psikolog yang telah memberi motivasi, memberikan nasihat, dan do'a kepada peneliti sehingga dapat terselesaikan tugas akhir ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendidik serta memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan.
7. Lurah Kelurahan Sukabumi Bandar Lampung yang telah membantu peneliti untuk melakukan penelitian di Lingkungan II dan mempermudah proses administrasi serta izin penelitian.
8. Masyarakat Kelurahan Sukabumi Lingkungan II yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi skala pada penelitian ini.



9. Abang Nando Ferdinan dan Zalfa Nur Zakiyyah yang telah memberi motivasi memberikan nasihat, dan do'a kepada peneliti sehingga dapat terselesaikan tugas akhir ini.
10. Untuk kakak tingkat terbaik saya Ahdan Syabani, saya berterimakasih karena kesabarannya atas segala jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang belum saya pahami mengenai penyusunan skripsi ini, terimakasih untuk cinta dan kasih yang engkau berikan, selalu memberiku *support* dan juga bantuan untuk saya . Tidak lupa juga kepada kakak-kakak yang juga berperan dalam membantu dan membimbing saya yakni Najah Mariana, Dinda Putri Mahendra dan Nurul Iman.
11. Untuk sahabat saya sejak awal perkuliahan hingga saat ini Dio Majid, Benny Saputra, Afrizal Miba, Muhamad Rizky Prabowo, Abdul Fatah, Eriko Dwi Saputra, Bima Aditya, Lutfio Ridho Rizqia Putra, Yuma Aldianto, Indriani Safitri, Desti Chintia Romadhon, Ratna Sari Juwita, Alifia Rizla Humairo, Rifkia Azzimattinur, Uswatun Hasanah, Friska Valentina, Agustina Safitri yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu dan mendengarkan keluh kesah saya, memberikan canda tawa dari awal perkuliahan hingga terselesaikan perkuliahan ini semoga persahabatan kita sampai akhir hayat.
12. Untuk sahabat saya sejak masa sekolah hingga saat ini, Dolly Alfredo Manalu, Tehnikita Ayu Nur Muslimah Pasaribu, Dewi Resti Sari, Adisty Ayu Madani, Marlina Diyan Safitri terimakasih untuk cinta dan kasih kalian selalu menemani perjalanan saya selama ini sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya dengan baik, perbedaan Universitas tidak mematahkan kita untuk saling memberi kasih sayang dan *support*.
13. Untuk sahabat saya sejak kecil hingga saat ini Dandy Salsa Putra, Prabu Satria Ramadhan, Aditya Tri Oktavian, Jimmy Schumacher, Dody Saputra, Rechal Perdana, Tri Arief Wicaksono, Fadil Hadiansyah, Ipung Rezeky NBY, Ilham Iranda Syahputra, dan Yusuf Manalu terimakasih selalu memberi semangat serta menghibur saya disaat saya merasa lelah dalam pengerjaan skripsi ini.
14. Teman-teman seperbimbingan yang telah memberikan dukungan dan kebersamaan serta motivasi.
15. Seluruh teman-teman Psikologi Islam angkatan 2017 yang telah membantu dan belajar bersama selama kuliah.
16. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu per satu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan materil dalam penyelesaian skripsi.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah SWT. Amin.

*Wassalamuallaikum warahmatullahi wabarakatuh*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>ix</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>x</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Agresvitas .....	7
1. Pengertian Agresivitas .....	7
2. Aspek Agresivitas .....	8
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Agresivitas .....	9
4. Agresivitas dalam Perspektif Islam .....	14
B. Stres .....	16
1. Pengertian Stres .....	16
2. Aspek Stres .....	17
3. Jenis-Jenis Stres .....	18
C. Hubungan Stres dengan Agresivitas .....	19
D. Kerangka Berpikir .....	20
E. Hipotesis .....	21

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Identifikasi Variabel .....	23
B. Definisi Operasional .....	23
1. Agresivitas .....	23
2. Stres .....	23
C. Subjek Penelitian .....	23
1. Populasi.....	23
2. Sampel .....	23
3. Teknik <i>Sampling</i> .....	24
D. Metode Pengumpulan Data .....	24
1. Skala Agresivitas .....	25
2. Skala Stres.....	26
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	27
1. Validitas .....	27
2. Reliabilitas .....	27
F. Metode Analisis Data .....	27

### **BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

A. Orientasi Kancan Dan Persiapan Penelitian .....	28
1. Orientasi Kancan.....	28
2. Persiapan Penelitian .....	28
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i> .....	29
4. Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen .....	29
5. Penyusunan Skala Penelitian .....	31
B. Pelaksanaan Penelitian .....	32
1. Penentuan Subjek Penelitian .....	32
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data .....	32
3. Skoring.....	32
4. Karakteristik Responden.....	32
C. Analisis Data Penelitian .....	38
1. Deskripsi Statistik Variabel penelitian.....	38
2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian .....	38
3. Uji Asumsi .....	41
4. Uji Hipotesis .....	45
5. Pengujian Sumbangan Efektif Variabel <i>Independent</i> .....	46
D. Pembahasan .....	46

### **BAB V KESIMPULAN**

A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel

Halaman

Tabel. 1 Populasi Penelitian .....	24
Tabel. 2 Blueprint Agresivitas .....	26
Tabel. 3 Blueprint Stres.....	26
Tabel. 4 Distribusi Seleksi Aitem Agresivitas .....	30
Tabel. 5 Distribusi A Seleksi Aitem Stres.....	30
Tabel. 6 Sebaran Aitem Valid Skala Agresivitas .....	31
Tabel. 7 Sebaran Aitem Valid Skala Stres .....	31
Tabel. 8 Deskripsi Data Penelitian .....	38
Tabel. 9 Kategorisasi Skor Variabel Agresivitas .....	39
Tabel. 10 Kategorisasi Skor Variabel Stres.....	40
Tabel. 11 Hasil Uji Normalitas.....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar  
Halaman

Gambar. 1 Bagan Hubungan antara VB dengan VT .....	21
Gambar. 2 <i>Pie Cart</i> Usia Responden .....	33
Gambar. 3 <i>Pie Cart</i> Jenis Kelamin Responden .....	33
Gambar. 4 <i>Pie Cart</i> Pekerjaan Responden .....	34
Gambar. 5 <i>Pie Cart</i> Pendidikan Responden.....	35
Gambar. 6 <i>Pie Cart</i> Suku Responden .....	36
Gambar. 7 <i>Pie Cart</i> Usia Lansia .....	36
Gambar. 8 <i>Pie Cart</i> Hubungan Responden dengan Lansia .....	37
Gambar. 9 <i>Pie Cart</i> Kategorisasi Agresivitas .....	39
Gambar. 10 <i>Pie Cart</i> Kategorisasi Stres .....	40
Gambar. 11 Hasil Uji Normalitas Visual Dua Variabel .....	42
Gambar. 12 Hasil Uji Normalitas Visual Agresivitas .....	42
Gambar. 13 Hasil Uji Normalitas Visual Stres .....	43
Gambar. 14 <i>Q-Q Plots</i> Dua Variabel .....	43
Gambar. 15 <i>Q-Q Plots</i> Agresivitas.....	44
Gambar. 16 <i>Q-Q Plots</i> Stres.....	44
Gambar. 17 <i>Q-Q</i> Residuals vs. Predicted .....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

Lampiran. 1 Rancangan Skala Penelitian .....	52
Lampiran. 2 Distribusi Data Uji Coba .....	59
Lampiran. 3 Seleksi Aitem Dan Reliabilitas Hasil Uji Coba Skala .....	62
Lampiran. 4 Skala Penelitian .....	67
Lampiran. 5 Skala Penelitian <i>by</i> Kuesioner .....	76
Lampiran. 6 Tabulasi Data Penelitian .....	78
Lampiran. 7 Hasil Uji Asumsi .....	80
Lampiran. 8 Hasil Uji Hipotesis .....	85
Lampiran. 9 Surat Perizinan Penelitian .....	88
Lampiran. 10 Kartu Konsultasi .....	91
Lampiran. 11 Turnitin .....	93



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (susenas) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik Indonesia dalam lima tahun terakhir, jumlah penduduk lanjut usia Indonesia mengalami peningkatan sebanyak dua kali lipat. Pada tahun 2019 proporsi lansia mencapai 9,60% atau sekitar 25,64 juta jiwa. Usia harapan hidup penduduk Indonesia saat ini semakin meningkat dan diperkirakan hingga mencapai 71,4 tahun. Dengan kondisi ini Indonesia sedang bertransisi menuju kearah penuaan penduduk karena jumlah persentase penduduk usia lanjut diatas 60 tahun lebih dari 25 juta jiwa diatas 7 persen dari keseluruhan penduduk dan akan menjadi negara dengan struktur penduduk tua (*ageing population*) jika sudah melebihi 10 persen.

(Santrock, 2012) menyatakan bahwa ketika masuk kedalam usia lanjut maka akan membawa sebuah penurunan fisik yang terjadi lebih besar dari pada usia sebelumnya, penurunan tersebut meliputi penurunan fungsi sensorik, sistem saraf, organ tubuh dan alat reproduksi, sehingga secara alamiah lansia akan banyak mengalami gangguan kesehatan bahkan hingga jatuh sakit. Menurut data dari Badan Pusat Statistik Republik Indonesia tahun 2019 konsep dan definisi keluhan kesehatan yang digunakan dalam susenas adalah keadaan seseorang yang mengalami gangguan kesehatan atau kejiwaan, baik itu karena sebuah gangguan / penyakit yang sering dialami oleh penduduk seperti panas, diare, pilek, sakit kepala, pusing, ataupun karena penyakit kronis, penyakit akut, kriminalitas, kecelakaan atau keluhan lainnya. Keluhan Kesehatan yang dirasakan penduduk itu tidak selalu mengakibatkan terganggunya aktivitas yang mereka lakukan sehari-hari. Oleh karena itu mereka membutuhkan bantuan orang lain untuk membantu mereka merawat diri dan melakukan kegiatan sehari-hari. Mereka yang melakukan tugas tersebut disebut dengan istilah *caregiver*.

Umumnya *caregiver* dibagi atas dua yakni *caregiver* formal dan *caregiver* informal. *Caregiver* formal yakni perawat yang punya suatu dasar pendidikan guna memberikan sebuah perawatan dan mendapat suatu imbalan ataupun gaji atas jasa yang ia berikan. Sedangkan *caregiver* informal yakni seseorang perawat yang memberikan perawatan dan tidak membayar, meskipun mereka mempunyai dasar pendidikan yang formal ataupun tidak. Jenis *caregiver* terakhir yang disebutkan inilah yang paling sering ditemukan, karena pada umumnya mereka berupa orang yang benar-benar punya hubungan dengan orang yang mereka asuh, seperti suami/istri, anak, menantu, cucu, kerabat atau hubungan lainnya.

Perawatan yang harus dilakukan oleh *caregiver* merupakan beban yang berat secara fisik dan emosional dikarenakan akan memakan waktu lebih lama dan tentunya akan mengorbankan pekerjaan dan kehidupan keluarga. *Caregiver* seringkali menghadapi masalah, terutama bagaimana mereka harus menghadapi penderitaan pengasuh, yang

mungkin membuat *caregiver* merasa cemas dan kurang percaya diri. Merawat anggota keluarga yang lebih tua yakni pengalaman unik, tetapi setelah itu semuanya bisa membuat orang merasa stres (Widyastuti et al., 2011)

Lebih lanjut lagi (Santoso et al., 2008) menyatakan bahwa ketika seseorang menjadi *caregiver* bagi seorang lansia maka akan menyebabkan seseorang kehilangan kehidupan dalam dunia sosialnya karena kurang waktu untuk berhubungan dengan sanak saudara dan teman-temannya untuk bersosialisasi, mengorbankan waktu untuk berlibur, melakukan hobi, kurangnya berolahraga atau aktivitas sosial lainnya. Hal tersebut dapat menyebabkan seseorang *caregiver* dapat mengalami stres psikologis dan mengalami kelelahan secara fisik karena harus memberikan waktu lebih luang kepada seorang lansia, mengeluarkan energi dan menanggung beban finansial. Beban psikologis yang dirasakan oleh seseorang *caregiver* diantaranya yaitu rasa malu, tertekan, lelah, marah, tegang, dan tidak pasti. Sedangkan perasaan bersalah yang dialami oleh seorang *caregiver* lebih disebabkan oleh karena perasaan tidak bisa memberikan yang terbaik bagi yang dirawatnya.

Reaksi dari beberapa orang terhadap kegiatan *caregiving* sangat bermacam-macam, ada yang merespon positif dan ada pula yang merespon negatif. Sebagian dari *caregiver* informal merasa sangat senang karena bantuan yang mereka berikan menyebabkan mereka merasa lebih berguna, merasa lebih berarti, merasa lebih dibutuhkan, dan merasa lebih kompeten. Selain itu, mereka merasa mampu membalas budi orang tua mereka karena mereka mampu melakukan hal itu seperti yang orang tua mereka lakukan semasa mereka kecil dahulu, kemudian mereka merasa dapat memberikan contoh yang baik untuk anak-anak atau menantu mereka dalam menjalankan kewajiban merawat orang tua dengan baik. Menjadi seorang *caregiver* juga dapat berpengaruh positif bagi jiwa mereka, misalnya seperti meningkatkan rasa bersyukur, menjadi lebih pemaaf, lebih sabar dan lainnya, namun banyak juga yang mengalami dampak negatif menjadi *caregiver*.

Penelitian menunjukkan bahwasanya banyak *caregiver* yang memiliki tingkat stres dan depresi yang tinggi karena tugas yang ia miliki ketika mereka menjadi *caregiving*, lebih dari 40% menunjukkan tingkat stres yang tinggi (Alzheimer Association, 2019). Durasi waktu perawatan yang lama juga dapat menjadi penyebab seseorang merasa keburatan karena memiliki tanggung jawab *caregiving* dan merasa tidak bebas dengan peran tersebut sehingga dapat meningkatkan munculnya gejala-gejala depresi dari waktu ke waktu (Zarit et al., 1998). Sebuah perasaan bersalah muncul karena merasa tidak mampu untuk memberikan perawatan yang baik kepada seorang lansia, atau mungkin merasa tidak mampu mengontrol suatu keadaan bisa menjadi tekanan tersendiri bagi sebagian *caregiver*, yang kemudian dapat menimbulkan stres (Wolf, 1998).

(Qualls & Zarit, 2005) menyatakan bahwa stres, depresi dan kecemasan yang dialami oleh *caregiver* dapat membuat *caregiver* memiliki masalah dalam mengontrol emosi marah dan benci. Pemeriksaan dilakukan oleh Gallagher, et al menunjukkan

bahwasannya, sebanyak 40% *caregiver* mengalami kesulitan untuk mengontrol respon amarah seperti berteriak atau hilang kesabaran yang kemudian mampu memunculkan terjadinya kekerasan terhadap lansia. Kekerasan yang terjadi terhadap lansia tidak hanya kekerasan fisik dan verbal, tetapi juga kekerasan psikologis seperti merendahkan atau mempermalukan seorang lansia tersebut didepan umum. Bisa pula seperti kekerasan seksual, kekerasan finansial seperti memaksa seseorang lansia untuk menandatangani sebuah berkas tertentu sehingga hal tersebut menjadi kerugian finansial yang dialami lansia atau sebuah pemanfaatan aset-aset lansia oleh *caregiver* yang tidak ada kepentingan bagi lansia itu sendiri atau bisa juga berupa pengabaian terhadap kebutuhan penderita (Wolf, 1998)

Islam sebagai agama yang membawa kesederhanaan pada keseluruhan alam, ia menginstruksikan kita untuk secara konsisten menghormati dan merawat kedua orang tua. Islam juga tidak membutuhkan kata-kata dan aktivitas yang brutal, di luar dugaan, Islam menghimbau pemeluknya untuk selalu bersikap lembut dan ramah. Sebagaimana yang disebutkan dalam surat al-Isra ayat 23-24:

﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا ِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۖ إِمَّا يَبْعَثَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا آَفٌ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

Artinya: *"Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia"*.

Ayat ini menjelaskan bahwa tuhanmu (wahai manusia) telah memerintah, untuk mengharuskan dan mewajibkan diesakan dalam peribadahan kepadaNya, dan Dia pun memerintahkan untuk selalu berbuat baik kepada ibu bapak, apalagi ketika mereka berusia lanjut, janganlah kalian berkeluh kesah, jangan merasa bahwa kalian kesal terhadap sesuatu yang kalian lihat dari mereka atau salah satu dari mereka, dan jangan sampai mereka mendengar perkataan buruk, bahkan jangan berkata (ah) sekalipun ia merupakan tingkat terendah dari ucapan yang paling buruk. Janganlah muncul dari kalian tindakan tidak terpuji, tetapi bersikaplah lemah lembut kepada mereka berdua. (Al-Muyassar, 2021)

Seperti dirincikan dalam berita *online* (Aminudin, 2020) detik *news* pada Senin, 26 Okt 2020 15:19 WIB, wanita muda yang viral memukuli seorang nenek di Kota Malang telah diamankan, pelaku adalah anak si nenek sendiri. Korban merupakan ibu kandung, keduanya tinggal di pondok yatim piatu dan dhuafa sejak dua bulan ini. Untuk pelaku berinisial FA usia 24 tahun, sementara korban berinisial N. Pada pemeriksaan terungkap, kekerasan ini terjadi di kawasan Pasar Mergan, Kota Malang, ketika

keduanya berbelanja buah-buahan. Pada sebuah video memperlihatkan seorang wanita muda bertopi yang terlihat begitu kasar menyiksa seorang ibu tua di tepi jalan. Sese kali kepala nenek itu dipukul. Lalu, wanita muda itu juga membekap mulut si ibu. Barang yang dibawa si nenek berupa buah sampai jatuh ke tanah. Contoh lain yaitu observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 maret 2020 fenomena yang terjadi di sebuah halaman rumah saat peneliti sedang berada di depan rumah tersebut di kelurahan Sukabumi bahwasanya seseorang anak yang menjadi *caregiver* lansia memperlakukan seseorang lansia sesuka hati mereka, saat itu seorang anak membentak-bentak untuk memerintah seorang nenek mengangkat jemuran dan seorang lansia tersebut sudah membongkok ketika berjalan. Hal tersebut menunjukkan bahwa seorang anak yang menjadi *caregiver* tersebut tidak peduli terhadap lansia sehingga ia memberlakukan lansia tersebut sesuka hati yang menyebabkan terjadinya kekerasan verbal terhadap lansia tersebut.

Kejadian di atas menunjukkan bahwa anak-anak ini mulai mengabaikan pekerjaannya sebagai *caregiver*. Bersamaan dengan itu, seharusnya seseorang memerlukan dukungan dari lingkungan sekitarnya, prioritas utama disini adalah keluarga. Keluarga adalah lingkungan yang selalu bersama dan mengikuti proses hidup dan berkembangnya seseorang individu dan dukungan keluarga sangat membantu dalam perawatan lansia.

Seperti halnya yang terjadi di beberapa tempat di perumahan Kelurahan X merupakan salah satu kelurahan yang ada di Kecamatan X Kota Bandar Lampung yang cukup padat penduduknya serta cukup majemuk. Hasil wawancara yang dilakukan di beberapa tempat di Kelurahan X oleh beberapa orang yang menjadi *caregiver* lansia berinisial P, A, M, D dan N yaitu rata-rata mereka tidak sabar dalam merawat lansia dikarenakan ada beberapa faktor penurunan fisik sehingga menyebabkan mereka harus turun tangan langsung menolong lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari sehingga menyita waktu mereka yang sangat lama sehingga terkadang mereka tidak sabar dalam merawat lansia. Seorang *caregiver* setiap hari dihadapkan dengan lansia yang mereka rawat lama kelamaan mereka tidak kuat dan mengalami stres dan kelelahan fisik yang menyebabkan ada beberapa perilaku agresivitas yang mereka lakukan seperti agresivitas verbal maupun non verbal.

Penjelasan tersebut juga didukung oleh penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara tingkat stres dengan tindak kekerasan pada *caregiver* lansia dimensia. Penelitian yang dilakukan oleh (Yuliawati & Handadari, 2013) Hubungan antara kedua variabel tersebut, menunjukkan tingkat hubungan yang tinggi sebesar 0,558 ke arah yang positif. Arah yang positif yang dimaksud yaitu ketika *caregiver* memiliki tingkat stres yang tinggi maka tindak kekerasan juga akan tinggi, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat stres yang dimiliki oleh *caregiver* maka tindak kekerasan juga akan semakin rendah.

Seperti yang ditunjukkan oleh (Berkowitz, 2006), agresivitas didefinisikan sebagai perilaku yang diarahkan untuk melukai orang lain. Hal ini berarti perilaku melukai

orang lain karena kecelakaan atau ketidaksengajaan dapat dikategorikan sebagai agresivitas apabila bertujuan melukai orang lain dan berusaha untuk melakukan hal ini walaupun usahanya tidak berhasil. Pendapat lain mengatakan bahwa agresivitas adalah perilaku yang memiliki potensi untuk melukai orang lain atau benda yang berupa serangan fisik (memukul, menendang, menggigit), serangan verbal (membentak, menghina) dan melanggar hak orang lain (mengambil dengan paksa).

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara Tingkat Stres Dengan Agresivitas pada *Caregiver* Lansia”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, apakah ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan agresivitas pada *caregiver* lansia?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkap ada atau tidaknya hubungan tingkat stres dengan agresivitas pada *caregiver* lansia.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis melalui tulisan ini.

#### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan, dan dapat memperkaya ilmu dalam bidang psikologi klinis dan sosial dalam hal tingkat stres dan kaitannya dengan agresivitas pada *caregiver* lansia.

#### **2. Manfaat praktis**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kesadaran akan pentingnya pengelolaan stres bagi *caregiver* lansia. Setelah mengetahui hal tersebut diharapkan dapat mengurangi tingkat stres dan agresivitas pada *caregiver* lansia sehingga dapat menjaga lansia dengan senang hati dan tidak dalam keadaan tertekan.

### **E. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

Agar dapat mendukung berbagai penjelasan serta pembahasan diatas, maka peneliti mengusahakan untuk dapat mencari berbagai literatur dari penelitian sebelumnya yang masih berkaitan dengan penelitian ini. Serta untuk menghindari adanya plagiat dalam penelitian, maka memenuhi kode etik penulisan penelitian ilmiah akan sangat dibutuhkan eksplorasi terhadap berbagai penelitian terdahulu yang relevan. Hal ini memiliki tujuan untuk dapat menegaskan penelitian, serta sebagai bagian dari pendukung teori guna menetapkan pola pikir dalam menyusun penelitian ini.

Dari hasil pencarian terhadap berbagai penelitian lampau, peneliti mendapatkan beberapa penelitian lampau yang berkaitan dengan penelitian ini. Meskipun memiliki

keterkaitan dalam membahas, namun pada penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang didapatkan dari hasil pencarian peneliti:

1. Kajian Penelitian yang dilaksanakan oleh Yuliawati dan Handadari (2013) yang berjudul “hubungan antara tingkat stres dengan tindak kekerasan pada *caregiver* lansia dimensia”. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang yaitu dalam subjek. Pada penelitian terdahulu subjek yang digunakan adalah *caregiver* lansia dimensia, sedangkan subjek yang digunakan dalam penelitian sekarang yaitu lansia, pengolahan data penelitian terdahulu menggunakan SPSS sedangkan penelitian sekarang menggunakan JASP. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang yaitu menggunakan variabel bebas stres, Teknik analisis data korelasi *pearson's product moment*, teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*.
2. Kajian Penelitian yang dilaksanakan oleh Insiyah dan Hastuti (2014) yang berjudul “pengaruh terapi penyelesaian masalah (*problem solving therapy*) terhadap penurunan *distress* psikologik pada *caregiver* lansia di rt 03 rw 04 mojosongo, jebres, surakarta”. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang yaitu dalam metodologi penelitian, penelitian terdahulu menggunakan metode eksperimental sedangkan peneliti sekarang menggunakan metode penelitian kuantitatif, perbedaan selanjutnya terdapat pada variabel penelitian dalam penelitian ini pun berbeda, variabel terikat pada penelitian terdahulu yaitu *distres* psikologik, sedangkan variabel terikat dalam penelitian sekarang yaitu agresivitas, dan variabel bebas dalam penelitian terdahulu yaitu terapi penyelesaian masalah sedangkan variabel penelitian yang dilakukan sekarang yaitu stress pengolahan data penelitian terdahulu menggunakan SPSS sedangkan penelitian sekarang menggunakan JASP. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang yaitu menggunakan subjek penelitian lansia.
3. Kajian Penelitian yang dilaksanakan oleh oleh Suseno, Hartati dan Astuti (2013) yang berjudul “kecenderungan perilaku agresif ditinjau dari stres akademik pada siswa sma negeri 1 pemalang”. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang yaitu dalam variabel bebas penelitian terdahulu yaitu stres akademik, sedangkan variabel penelitian yang dilakukan sekarang yaitu stres. Pada penelitian terdahulu subjek yang digunakan adalah siswa SMA, sedangkan subjek yang digunakan dalam penelitian sekarang yaitu lansia, teknik pengambilan sampel penelitian terdahulu yaitu teknik *cluster random sampling*, sedangkan penelitian sekarang menggunakan *simple random sampling*, pengolahan data penelitian terdahulu menggunakan SPSS sedangkan penelitian sekarang menggunakan JASP. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang yaitu pada variabel terikat menggunakan agresivitas.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Agresivitas

##### 1. Pengertian Agresivitas

Perilaku merupakan suatu sikap yang dimiliki oleh setiap individu dan memiliki sifat yang pasti berbeda pula antara individu satu dengan individu lainnya. (Myers, 2010) menyatakan sebuah perilaku dapat ditentukan oleh lingkungan dimana ia berada dan terdapat rekayasa *conditioning* terhadap manusia tersebut. secara sepintas sebuah perilaku kekerasan yang merugikan dan menimbulkan korban disebut dengan istilah agresi. Agresi (*aggression*) merupakan perilaku fisik atau verbal yang dimaksudkan untuk menyebabkan seseorang tersakiti atau dirugikan.

Secara sepintas setiap perilaku agresi yang merugikan atau menimbulkan korban terhadap orang lain dapat disebut sebuah perilaku agresif. Kemudian definisi paling sederhana dari agresi yang didukung dari pendekatan behavioris atau belajar bahwa agresi adalah setiap tindakan yang bersifat menyakiti atau melukai orang lain. (Freud, 1979) berasumsi bahwa setiap individu memiliki naluri untuk melakukan tindakan agresi. Menurut teori insting (*thanatos*) yang di gagasnya, sebuah agresi mungkin diarahkan pada diri sendiri atau orang lain. Freud mengakui bahwa agresi tersebut dapat di kontrol tetapi tidak dapat dihapus dari individu karena agresi adalah bawaan dari sifat alamiah dari manusia. Agresivitas adalah sebuah keinginan untuk menyakiti orang lain, seperti mengekspresikan perasaan negative yang dimilikinya seperti permusuhan untuk mencapai tujuan yang diinginkan oleh individu (Buss & Perry, 1992).

Agresivitas menurut (Berkowitz, 2006) adalah perilaku yang dimunculkan untuk menyakiti orang lain yang tak mengharapkan munculnya perilaku tersebut. (Schneider, 1998) mendefinisikan agresi sebagai suatu respon untuk mengurangi ketegangan dan frustrasi melalui sebuah perilaku yang banyak menuntut, memaksa dan menguasai orang lain. Sementara itu, (Koeswara, 1998) mendefinisikan agresi adalah perilaku yang dilakukan secara fisik ataupun verbal terhadap orang lain atau objek tertentu.

Perilaku agresif menurut (Bandura, 1986) suatu hasil dari proses belajar sosial melalui sebuah pengamatan terhadap dunia sosial yang dimiliki individu. Pemicu umum dari agresi adalah ketika individu sedang dalam emosi tertentu, yang sering terlihat adalah emosi marah. Perasaan marah yang tertahan akan berlanjut pada keinginan individu untuk melampiaskannya pada objek tertentu. (Ormrod, 2008) agresif adalah tindakan sengaja yang dilakukan untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis.

Selanjutnya menurut (Kartono, 2014) agresi merupakan suatu ledakan emosi dan kemarahan hebat, perbuatan-perbuatan yang menimbulkan permusuhan yang

akan ditujukan kepada seseorang atau suatu benda sebagai objek. (Atkinson, 2000) menjelaskan agresi adalah perilaku yang secara sengaja untuk melukai orang lain (secara fisik atau verbal) atau menghancurkan harta benda.

Menurut (Baron & Byrne, 2005) agresi adalah siksaan yang dilakukan dengan sengaja untuk menyakiti orang lain. Sedangkan Menurut (Taylor et al., 2009) walaupun ada perbedaan dalam mendefinisikan agresi, namun dapat diambil kesimpulan secara sederhana mengenai agresi yang didukung oleh pendekatan behavior atau belajar, bahwa agresi adalah setiap Tindakan atau perlakuan yang dilakukan untuk menyakiti atau melukai orang lain.

Berdasarkan definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa agresi adalah perilaku menyerang seseorang atau subyek dengan tujuan tertentu, disengaja maupun tidak disengaja. Agresi adalah salah satu bentuk perilaku yang sering dinampakkan oleh manusia.

## **2. Aspek- Aspek Agresivitas**

(Buss & Perry, 1992) mengatakan bahwa ada empat macam agresi, yaitu:

- a. Agresi fisik adalah sebuah agresi yang dilakukan untuk melukai seseorang secara fisik, seperti memukul, menusuk, menendang, membakar, dan lain sebagainya.
- b. Agresi verbal adalah sebuah agresi yang dilakukan untuk melukai seseorang secara verbal, seperti mengumpat, berdebat, membentak, mengejek, dan sebagainya, orang itu dapat dikatakan sedang melakukan agresi verbal.
- c. Kemarahan hanya berupa perasaan yang tidak mempunyai tujuan apapun. Seseorang dapat dikatakan marah apabila ia dalam keadaan yang mana merasa frustrasi atau tersinggung.
- d. Kebencian adalah sikap negatif terhadap orang lain karena penilaian diri sendiri yang negatif. Misalnya ketika seseorang curiga kepada individu lain karena individu tersebut baik atau buruk dan lain sebagainya.

Sedangkan menurut (Schneider, 1998) aspek-aspek perilaku agresif yaitu sebagai berikut:

- a. Otoriter Otoriter yaitu orang memiliki ciri kepribadian kaku dalam memegang nilai-nilai konvensional dan tidak bisa toleransi terhadap kelemahan-kelemahan yang ada dalam diri sendiri maupun orang lain.
- b. Superior Superior yaitu individu merasa yang paling baik dibanding dengan individu lain.
- c. Egosentris Egosentris yaitu individu mengutamakan keperluan pribadi tanpa memperhatikan kepentingan diri sendiri seperti yang ditunjukkan dengan kekuasaan dan kepemilikan.
- d. Keinginan untuk menyerang baik terhadap benda maupun manusia. Hal ini yang dimaksudkan yaitu mempunyai kecenderungan untuk melampiaskan keinginannya dan perasaannya yang tidak nyaman ataupun tidak puas pada

lingkungan di sekitarnya dengan melakukan penyerangan terhadap individu ataupun benda lain di sekitarnya.

Kemudian Menurut (Sadli, 1976), menyatakan tentang aspek-aspek perilaku agresif yaitu:

- a. Pertahanan diri yaitu individu melakukan pertahanan diri dengan cara menunjukkan sebuah permusuhan, perusakan dan pemberontakan.
- b. Perlawanan disiplin yaitu individu melakukan kegiatan yang menyenangkan tetapi melanggar aturan yang berlaku.
- c. Egosentris yaitu individu mementingkan kepentingan pribadi seperti kekuasaan dan kepemilikan. Individu yang ingin menguasai suatu tempat atau memiliki suatu benda sehingga ia menyerang orang lain ia juga dapat bergabung dalam kelompok tertentu untuk mencapai tujuannya.
- d. Superioritas, yaitu individu merasa lebih baik dari orang lain sehingga tak mau di remehkan, dianggap rendah oleh orang lain dan ingin merasa dirinya selalu benar sehingga akan melakukan hal apapun walaupun ia harus menyerang atau menyakiti orang lain.
- e. Prasangka, yaitu memandang seseorang dengan tidak rasional.
- f. Otoriter, yaitu seseorang yang cenderung kaku dalam memegang suatu keyakinan, cenderung memegang nilai konvensional, yang mana tidak bisa toleran terhadap kelemahan yang ada didalam dirinya atau orang lain dan selalu merasa curiga.

Dari penjelasan diatas, terdapat beberapa aspek agresivitas dari beberapa tokoh. Seperti menurut (Buss & Perry, 1992) yang mengatakan bahwa ada empat macam agresi, yaitu: agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan kebencian. Sedangkan menurut (Schneider, 1998) mengklasifikasikan menjadi empat aspek, yaitu: agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. Kemudian menurut Menurut (Sadli, 1976) mengklasifikasikan menjadi enam aspek, yaitu: pertahanan diri, perlawanan disiplin, egosentris, superioritas, prangka, otoriter.

### **3. Faktor –Faktor Yang Mempengaruhi Agresivitas**

Banyak sekali ahli yang mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya agresi. (Baron & Byrne, 2005) mengemukakan faktor-faktor tertentu yang sering dibedakan kedalam dua jenis faktor yang mempengaruhi, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal) dan faktor dari luar diri individu (eksternal). Beberapa faktor dari dua jenis diatas dijabarkan oleh para ahli sebagai berikut, yaitu: frustrasi, amarah, kekuasaan dan kepatuhan, provokasi, obat-obatan dan alkohol, suhu udara, lingkungan, stres dan juga faktor biologis.

#### **a. Frustrasi**

Frustrasi dapat mengarahkan individu menuju agresi yaitu gagasan yang pertama kali dikemukakan oleh (Dollard & Miller, 2008) dan kolega-koleganya. Yang dimaksud frustrasi itu adalah situasi dimana individu

mengalami hambatan atau gagal dalam mencapai tujuan tertentu yang ia inginkan, atau mengalami hambatan untuk bebas melakukan tindakan dalam rangka mencapai tujuan tersebut.

b. Amarah

Marah merupakan emosi yang memiliki ciri dalam aktivitas sistem saraf parasimpatik yang tinggi dan ada suatu perasaan tidak suka yang sangat kuat, biasanya disebabkan karena ada kesalahan, yang mungkin nyata salah atau mungkin juga tidak. Ketika marah ada perasaan ingin menyerang, menghancurkan, meninju, atau melempar sesuatu dan biasanya timbul pikiran yang kejam. Apabila hal-hal tersebut disalurkan maka terjadilah perilaku agresi.

c. Kekuasaan dan Ketaatan

Penyalahgunaan kekuasaan dapat menjadi kekuatan yang akan memaksa (*coercive*) serta memiliki efek langsung maupun tidak langsung dalam munculnya sebuah agresi. Kekuasaan adalah suatu kesempatan dari seseorang atau kelompok untuk merealisasikan keinginan mereka dalam tindakan komunal meskipun mereka harus berhadapan dengan orang lain atau sekelompok orang lainnya (Koeswara, 1998).

Bahkan menurut teori motivasi kekuasaan banyak dikejar karena merupakan tujuan yang memiliki nilai insentif yang sangat tinggi. Milgram berpendapat bahwa kepatuhan individu terhadap suatu otoritas akan mengarahkan individu tersebut kepada perilaku agresi, individu akan kehilangan tanggung jawab atas tindakan yang dilakukannya dan melimpahkannya pada penguasa.

d. Provokasi

Sejumlah orang percaya bahwa provokasi mampu mencetuskan kemunculan perilaku agresi. Akibat dari provokasi oleh pelaku agresi dapat dianggap sebagai ancaman atau serangan yang harus dihadapinya dengan respon yang agresif. Ketika menghadapi provokasi yang sangat mengancam, para pelaku agresi cenderung berpegang pada prinsip dari pada diserang maka lebih baik menyerang dahulu, atau dari pada dibunuh maka lebih baik membunuh dahulu (Koeswara, 1998).

e. Obat-obatan dan alkohol

Secara luas dipercaya bahwa beberapa orang akan menjadi lebih agresif ketika mereka dalam pengaruh obat-obatan dan alkohol yang mana didalamnya mengandung zat adiktif. Ide ini didukung oleh fakta bahwa bar dan club malam sering sekali terjadi perkelahian. Alkohol mampu melemahkan kendali diri sang peminumnya, sehingga taraf agresivitas juga akan tinggi.

f. Suhu udara panas

Ada sebuah pandangan bahwa suhu udara suatu lingkungan yang panas memiliki dampak terhadap tingkah laku sosial individu berupa peningkatan perilaku agresi.

g. Lingkungan

Individu akan belajar sesuatu dari lingkungannya terlebih dahulu, mulai dari lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggalnya dan lingkungan sosialnya. Pada saat terjadi suatu tindakan kekerasan sangat mungkin individu akan menyaksikan dengan matanya sendiri bagaimana kekerasan itu terjadi. Model agresi ini adalah model pertahanan diri untuk mempertahankan hidup. Pada situasi tertentu untuk pertahanan hidupnya dan ditambah dengan nalar yang belum berkembang secara optimal, beberapa orang seringkali dengan mudah bertindak agresi misalnya dengan cara berteriak, memukul, dan menyerang orang lain untuk melindungi diri atau melindungi hal lainnya.

h. Stres

Para peneliti dalam bidang fisiologis mendefinisikan stres sebagai reaksi dan respon, adaptasi fisiologis terhadap sebuah stimulus eksternal atau perubahan lingkungan yang terjadi. Sedangkan para ahli psikologi, psikiater, dan sosiologi mengkonsepsikan stres bukan sebagai respon, tetapi sebagai stimulus. Terdapat pada kamus Chaplin, stres didefinisikan sebagai suatu keadaan yang mana diri individu merasa dalam keadaan tertekan baik secara psikis atau fisik (Chaplin, 2011).

Sedangkan menurut (Nevid et al., 2018), stres adalah rangkaian proses, baik yang bersumber pada kondisi internal maupun eksternal yang menuntut suatu penyesuaian. Pada pembahasan ini kita mengkonsepsikan stres, dalam hal stres psikologis (*psychological stress*), sebagai stimulus yang akan menimbulkan gangguan terhadap keseimbangan intrapsikis individu. Stres dapat timbul karena adanya stimulus yang muncul dari luar atau eksternal (situasional) ataupun stimulus internal (Intra psikis), stimulus tersebut diterima atau dialami oleh individu sebagai suatu yang tidak menyenangkan atau menyakitkan serta harus menuntut penyesuaian atau menghasilkan suatu efek baik somatik atau behavioral. Efek stres yang menjadi fokus bahasan disini adalah efek behavioral berupa kemunculan agresi (Koeswara, 1998).

i. Faktor Biologi

Ada beberapa Faktor biologis yang mempengaruhi munculnya perilaku agresi, yaitu:

1) Gen

Gen tampaknya berpengaruh dalam pembentukan sistem neural di otak yang mengatur perilaku agresi.

2) Sistem otak

Sistem otak yang tidak terlibat dalam agresi ternyata mampu memperkuat atau menghambat sirkuit netral yang mengendalikan agresi. (Prescott et al., 1999) berpendapat bahwa individu yang berorientasi pada kesenangan maka akan sedikit melakukan agresi, sedangkan individu yang tidak pernah melakukan hal yang menyenangkan dan kegembiraan atau santai maka akan cenderung melakukan kekejaman atau agresi. Prescott yakin bahwa sebuah keinginan yang kuat untuk menghancurkan (agresi) dapat disebabkan oleh ketidakmampuan individu untuk menikmati sesuatu yang disebabkan oleh cedera otak karena kurang rangsangan ketika ia bayi.

### 3) Kimia darah

Kimia darah (khususnya hormon seks yang sebagian ditentukan faktor keturunan) mampu mempengaruhi perilaku agresi. Seiring dengan berkembangnya penelitian dan fenomena yang terjadi maka para ahli psikologi sosial beranggapan bahwa pemicu terjadinya agresi bukan hanya frustrasi dan amarah.

Sedangkan menurut (Bukhori, 2008), ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya agresivitas, antara lain; stres, efek senjata, provokasi, deindividuasi, alkohol dan obat-obat, kekuasaan, kondisi lingkungan, jenis kelamin, kondisi fisik, media massa, dan penyimpangan pemikiran.

#### a. Stres

Stres merupakan reaksi atau respon terhadap ketidakmampuan untuk mengatasi gangguan fisik dan psikis. Stres muncul karena adanya suatu ancaman terhadap kesejahteraan fisik dan psikis serta adanya sebuah perasaan yang mana individu tidak mampu mengatasinya. Munculnya stres selain tergantung pada kondisi eksternalnya. Jadi sangat dimungkinkan adanya reaksi yang berbeda antara seseorang dengan yang lain meskipun mengalami kondisi stres yang sama.

#### b. Deindividuasi

Deindividuasi yaitu pada saat individu diketahui identitasnya, maka akan bertindak lebih anti sosial. Deindividuasi bisa mengarahkan individu pada kekuasaan, dan perilaku agresif yang dilakukan menjadi lebih intens. Deindividuasi memiliki efek memperbesar keleluasaan individu untuk melakukan agresi, karena deindividuasi menyingkirkan atau mengurangi peranan beberapa aspek yang terdapat pada individu, yakni identitas diri atau personalitas individu perilaku maupun identitas diri korban agresi, serta keterlibatan emosional individu perilaku, agresi terhadap korban.

#### c. Kekuasaan

Kekuasaan adalah kesempatan dari seseorang atau kelompok orang untuk merealisasikan keinginan-keinginannya dalam tindakan komunal bahkan meskipun harus berhadapan dengan perlawanan dari seseorang atau kelompok orang lainnya yang berpartisipasi dalam tindakan komunikasi itu.



d. Efek Senjata

Terdapat dugaan bahwa senjata memainkan peranan dalam agresi tidak saja karena fungsinya mengefektifkan dan mengefisiensikan pelaksanaan agresi, tetapi juga karena efek kehadirannya.

e. Provokasi

Provokasi bisa mencetuskan agresi karena provokasi itu oleh pelaku agresi dilihat sebagai ancaman yang harus dihadapi dengan respon agresif untuk meniadakan bahaya yang diisyaratkan oleh ancaman itu.

f. Alkohol dan Obat-Obat

Alkohol akan mempertinggi potensi agresi karena menekan mekanisme syaraf pusat yang biasanya. Jadi alkohol dan obat-obatan psikoaktif akan melemahkan kendali diri dari pemakaiannya. menghambat emosi untuk melakukan agresi. Oleh karena itu keduanya dapat berpengaruh terhadap individu untuk melakukan agresi.

g. Kondisi Lingkungan

Hura-hura lebih sering terjadi di musim panas di saat udara panas menyengat daripada di musim gugur, musim dingin atau musim semi. Dengan demikian ada kaitan yang erat antara suhu udara dan peningkatan tidak kekerasan.

Dari penjelasan diatas, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya agresivitas dari beberapa tokoh. Seperti menurut Baron dan Byern (2001), mengklasifikasikan menjadi Sembilan faktor, yaitu: frustrasi, amarah, kekuasaan dan kepatuhan, provokasi, obat-obatan dan alkohol, suhu udara, lingkungan, stres dan juga faktor biologis. Sedangkan menurut Sedangkan menurut (Bukhori, 2008), ada beberapa faktor yang memprngaruhi terjadinya agresivitas, antara lain; stres, deindividuasi, kekuasaan, efek senjata, provokasi, alkohol dan obat-obat, kondisi lingkungan, jenis kelamin, kondisi fisik, media massa, dan penyimpanan pemikiran.

#### 4. Agresivitas dalam Perspektif Islam

Islam merupakan agama yang di ridhoi Allah SWT. Petunjuk bagi semua manusia dalam mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Islam adalah agama yang selalu mengajarkan umatnya untuk selalu berkasih sayang, persaudaraan, menyuruh berlaku adil, dan berbuat kebaikan bukan mengajarkan kekerasan. Al-Qur'an surat luqman ayat 14 Allah SWT telah menjelaskan dalam firman-Nya yang berbunyi:

فِي وَفَصَّلُهُ ۖ وَهَنَ عَلَى وَهَنًا أُمُّهُ حَمَلَتْهُ لِدَىٰ هَـۥ ۖ يَوَّالٌ ۖ إِنْسَنٌ وَوَصَّىٰ نَا  
 آلَ مَمْصِيرٍ إِلَىٰ لِدَىٰ ۖ كَ ۖ وَلَوْ لِي أَشْ ۖ كُرَّ ۖ أَنْ عَامَىٰ ۖ نِ

Artinya: "Dan Kami perintahkan kepada manusia (agar berbuat baik) kepada kedua orang tuanya. Ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam usia dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu. Hanya kepada Aku kembalimu."

Dari ayat di atas dapat kita pahami bahwa Allah telah mewasiatkan kepada manusia agar menaati kedua orang tuanya dan berbakti kepada keduanya dalam urusan yang bukan maksiat terhadap Allah. Ibunya telah mengandungnya di dalam perutnya dengan berbagai kesusahan yang terus menerus, kemudian menyapihnya dari penyusuan setelah dua tahun. Dan Kami katakan kepadanya, “Bersyukurlah kepada Allah atas kenikmatan yang telah Dia berikan kepadamu, kemudian berterima kasihlah kepada kedua orang tuamu atas pendidikan dan perhatian yang telah mereka berikan kepadamu, hanya kepada-Ku sajalah tempat kembali kalian, kemudian masing-masing Aku beri balasan sesuai dengan haknya. (Al-Muyassar, 2021).

Kemudian sebagaimana dijelaskan pula dalam Al-Qur'an surat al-An'am ayat 151 yang berbunyi:

اِنَّ شَيْءًا يَّهْتَفُ بِهٖ تُشْرِكُوْنَ اِلَّا عَلَىٰ كُمْ ۖ لَكُمْ رُكُومٌ ۚ حَرَّمَ مَا اُتِيَ لُتَعَالَوْا ۚ اِنْ فُلٌ  
نَّحْنُ اِمَّا نَلْقٰى مِنْ شَيْءٍ اَوْ لَدُكُمۡ ثَقَلَةٌ نُّذَلِّهَا ۚ وَلَا اِذَا سَأَلَ سَآءِلٌ بِرُءُوسِهِمْ وَبِأَنۡفُسِهِمْ  
وَلَا بِطَنٍّ ۚ وَمَا مِّنۡ مَّيۡمَنَةٍ وَّحِشٍ ۚ اِلَّا فَوَّ ثَقَلَتْ رُءُوسُهُمْ ۚ وَلَا وَاِيَّاهُمۡ ۚ نَزَّلَتْ رُءُوسُهُمْ  
تَعۡتَلُوۡنَ لَعَلَّكُمْ يَّهْتَفِبۡكُمْ ۚ وَصَلَّيۡكُمْ لِكُمْ ۚ ذٰلِكَ بِاَنَّ حَقَّكَ ۚ اِلَّا اَللّٰهُ حَرَّمَ اَلَّتِيۡ اَلۡنَفۡسُ تَقۡتُلُ ۚ نُلَوُّوۡنَ

Artinya: "Katakanlah (Muhammad), Marilah aku bacakan apa yang diharamkan Tuhan kepadamu. Jangan mempersekutukan-Nya dengan apa pun, berbuat baik kepada ibu bapak, janganlah membunuh anak-anakmu karena miskin. Kamilah yang memberi rezeki kepadamu dan kepada mereka; janganlah kamu mendekati perbuatan yang keji, baik yang terlihat ataupun yang tersembunyi, janganlah kamu membunuh orang yang diharamkan Allah kecuali dengan alasan yang benar."

Dari ayat di atas dapat kita pahami bahwa Allah memerintahkan kepada Nabi Muhammad agar mengatakan kepada mereka, "Kemarilah, aku akan membacakan kepada kalian apa-apa yang Rabb haramkan atas kalian. Janganlah kalian menyekutukan-Nya dengan makhluk-makhluk-Nya dalam ibadah, tapi ikhlaskanlah semua ibadah hanya kepada-Nya semata, seperti rasa takut, berharap, doa dan lainnya. Berbuat baiklah kepada kedua orang tua dengan berbakti, mendoakan keduanya, atau dengan melakukan kebajikan apa pun selain itu. Janganlah kalian membunuh anak-anak kalian karena kemiskinan yang menimpa kalian. Sesungguhnya Allah yang memberi rezeki kepada kalian dan kepada mereka.

Janganlah kalian mendekati dosa-dosa yang jelas, seperti dosa besar atau dosa-dosa yang samar.

Janganlah kalian membunuh seseorang kecuali dengan alasan yang benar, yaitu karena hukum qishash, seperti pembunuh, pelaku zina yang telah menikah, dan orang yang murtad (keluar dari agama Islam). Apa yang telah disebutkan adalah larangan-larangan Allah terhadap kalian. Itulah perintah-perintah Allah dan larangan-larangan-Nya yang harus dihindari supaya kalian mengetahui perintah-perintah dan larangan-larangan-Nya. (Al-Muyassar, 2021).

## B. Stres

### 1. Pengertian Stres

Istilah stres mengacu pada sebuah tekanan atau dorongan yang ditempatkan pada tubuh untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri. Banyak sumber stres yang bersifat psikologis dan situasional. Stresor adalah sumber stres, stresor meliputi faktor-faktor psikologis dan perubahan hidup. Sedikit stres mungkin menyehatkan, stress membantu kita untuk tetap aktif dan waspada, tapi stress berkepanjangan akan melemahkan kemampuan kita dan berujung pada kondisi distress emosional seperti kecemasan, depresi, dan gangguan fisik seperti kelelahan dan sakit kepala.

Stres adalah respon individu terhadap keadaan-keadaan dan peristiwa-peristiwa (disebut stresor) yang mengancam individu dan mengurangi kemampuan individu dalam mengatasi segala bentuk stresor (Santrock, 2012). Stres adalah reaksi organisme terhadap rangsangan (*stimulation*) yang tidak menyenangkan, stres harus dipahami sebagai relasi interaktif yang terjadi di antara sistem fisik, fisiologis, psikologis dan perilaku (Hanurawan, 2010).

(Sarafino & Smith, 1994) mendefinisikan stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres adalah tekanan internal maupun eksternal serta kondisi bermasalah lainnya dalam kehidupan (*internal and eksternal pressure and other troublesome condition in life*). (Ardani, 2007) mendefinisikan stres merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis.

Kemudian (Selye, 2008) berpendapat bahwa stres sebenarnya adalah kerusakan yang dialami oleh tubuh akibat berbagai tuntutan yang ditempatkan padanya. Dari sudut pandang ilmu kedokteran, menurut Selye seorang fisiologi dan pakar stres yang dimaksud dengan stres adalah suatu respon tubuh yang tidak spesifik terhadap aksi. Jadi merupakan respon otomatis tubuh yang bersifat adaptif pada setiap perlakuan yang menimbulkan perubahan pada fisik atau emosi yang bertujuan untuk mempertahankan kondisi fisik yang optimal suatu organisme.

Menurut (Lazarus & Folkman, 1984) menjelaskan bahwasannya stres adalah pengalaman emosi negatif yang diiringi dengan perubahan fisiologis, biokimia dan behavioral yang dirancang untuk mereduksi atau menyesuaikan diri terhadap stresor dengan cara memanipulasi situasi atau mengubah stresor atau mengkomodasi efeknya. Kebanyakan dari kita menganggap stres sebagai kejadian khusus, seperti saat terjebak kemacetan, dapat nilai buruk dalam ujian, terlambat masuk kerja, atau kehilangan laptop. Tetapi, meskipun ada beberapa persamaan dalam pengalaman stres, tak semua orang memandang suatu kejadian yang sama sebagai kejadian yang membuat stres. Misalnya, seseorang mungkin merasa wawancara kerja sebagai suatu ancaman, sedangkan yang lain menganggap sebagai suatu tantangan. Fakta bahwa stres tergantung pada orangnya menunjukkan adanya proses psikologis. Yakni, kejadian yang menekan akan menimbulkan stres jika dianggap sebagai kejadian yang menimbulkan stres, bukan sebagai yang lainnya. Stres adalah suatu tuntutan yang mendorong organisme untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri. Sedangkan stresor adalah suatu sumber stres (Nevid et al., 2018).

Jadi dari berbagai definisi stres diatas dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu kondisi yang dialami seseorang secara non-spesifik meliputi keadaan yang mengancam seseorang baik secara fisik maupun psikis. Dari sudut pandang psikologis stres dapat diartikan sebagai suatu keadaan internal yang disebabkan oleh kebutuhan psikologis tubuh atau disebabkan oleh situasi eksternal seperti keadaan lingkungan atau sosial yang berpotensi bahaya, memberikan tantangan, menimbulkan perubahan-perubahan atau memerlukan mekanisme pertahanan.

## **2. Aspek-Aspek Stres**

Pada saat seseorang mengalami stres ada dua aspek utama dari dampak yang ditimbulkan akibat stres yang terjadi, yaitu aspek fisik dan aspek psikologis (Sarafino & Smith, 1994) yaitu :

### **a. Aspek fisik**

Berdampak pada menurunnya kondisi seseorang pada saat stres sehingga orang tersebut mengalami sakit pada organ tubuhnya, seperti sakit kepala, gangguan pencernaan.

### **b. Aspek psikologis**

Terdiri dari gejala kognisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku. Masing-masing gejala tersebut mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dan membuat kondisi psikologisnya menjadi negatif, seperti menurunnya daya ingat, merasa sedih dan menunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh berat atau ringannya stres. Berat atau ringannya stres yang dialami seseorang dapat dilihat dari dalam dan luar diri mereka.

Sedangkan menurut (Hardjana, 1994) terdapat beberapa aspek stres diantaranya:

a. Aspek Emosional

Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, gugup, mudah tersinggung, gelisah, harga diri menurun, gampang menyerang orang, merasa sedih dan depresi.

b. Aspek Intelektual

Kondisi stres dapat mengganggu fungsi berpikir, mental image, konsentrasi, dan ingatan individu. Keadaan stres dapat menyebabkan kekhawatiran dan evaluasi diri negatif. *Mental image* diartikan sebagai citra diri dalam bentuk kegagalan dan ketidakmampuan yang sering mendominasi kesadaran individu yang mengalami stres. Konsentrasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk memusatkan pada suatu stimulus yang spesifik dan tidak memperdulikan stimulus lain yang tidak berhubungan. Individu yang sedang mengalami stres, kemampuan konsentrasinya akan menurun, yang akhirnya akan menghambat performansi kerja dan kemampuan *problem solving*.

c. Aspek Fisiologis

Gangguan fisiologis adalah gangguan yang berasal dari pola-pola aktifitas fisiologis yang ada. Gejala-gejala yang timbul adalah sakit kepala, konstipasi, nyeri pada otot, menurunnya nafsu seks, cepat lelah dan mual.

d. Aspek Interpersonal

Stres selain terwujud dalam berbagai macam penyakit, dapat pula diungkap dalam ketidakmampuan seseorang menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Menurut (Evelyn, 2006), terdapat beberapa aspek dari stres, yaitu:

a. Mood

Suatu perasaan yang menekan dan membebani seseorang, sehingga orang tersebut tidak mampu mengatasinya.

b. Otot Rangka

Respon yang diberikan secara fisiologis yang disebabkan karena adanya tekanan yang berlebihan yang tidak bisa diatasi.

c. Organ dalam tubuh

Kondisi fisiologis individu yang meliputi rasa lapar, haus, sakit, gugup, serta keringat dingin ketika individu tersebut tidak mampu mengatasi kondisi yang menekannya.

Dari penjelasan diatas, terdapat beberapa aspek stres dari beberapa tokoh. seperti menurut (Sarafino & Smith, 1994), pada saat seseorang mengalami stres ada dua aspek utama dari dampak yang ditimbulkan akibat stres yang terjadi, yaitu aspek fisik dan aspek psikologis. sedangkan menurut (Hardjana, 1994) terdapat beberapa aspek stres yaitu: aspek emosional aspek intelektual, aspek fisiologis, aspek interpersonal. kemudian menurut (Evelyn, 2006), terdapat beberapa aspek dari stres, yaitu: mood, otot rangka, dan organ dalam tubuh.

### 3. Jenis-Jenis Stres

Menurut (Donsu, 2017) secara umum stres dibagi menjadi dua yaitu:

- a. Stres akut adalah stres yang dikenal juga dengan flight or flight response. Stres akut adalah respon tubuh terhadap ancaman tertentu, tantangan atau ketakutan. Respon stres akut yang segera dan intensif di beberapa keadaan dapat menimbulkan gemeteran.
- b. Stres kronis adalah stres yang lebih sulit dipisahkan atau diatasi, dan efeknya lebih panjang dan lebih.

Sedangkan menurut (Priyoto, 2014) menurut jenis stres dibagi menjadi tiga yaitu:

- a. Stres ringan adalah stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti banyak tidur, kemacetan lalu lintas, kritikan dari atasan. Situasi stres ringan berlangsung beberapa menit atau jam saja. Ciri-ciri stres ringan yaitu semangat meningkat, penglihatan tajam, energi meningkat namun cadangan energinya menurun, kemampuan menyelesaikan pelajaran meningkat, sering merasa lelah tanpa sebab, kadang-kadang terdapat gangguan sistem seperti pencernaan, otak, perasaan tidak santai. Stres ringan berguna karena dapat memacu seseorang untuk berpikir dan berusaha lebih tangguh menghadapi tantangan hidup.
- b. Stres sedang berlangsung lebih lama daripada stress ringan. Penyebab stres sedang yaitu situasi yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga. Ciri-ciri stres sedang yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan.
- c. Stres berat adalah situasi yang lama dirasakan oleh seseorang dapat berlangsung beberapa minggu sampai beberapa bulan, seperti perselisihan perkawinan secara terus menerus, kesulitan finansial yang berlangsung lama karena tidak ada perbaikan, berpisah dengan keluarga, berpindah tempat tinggal mempunyai penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik, psikologis sosial pada usia lanjut. Ciri-ciri stres berat yaitu sulit beraktivitas, gangguan hubungan sosial, sulit tidur, negatific, penurunan konsentrasi, takut tidak jelas, kelelahan meningkat, tidak mampu melakukan pekerjaan sederhana, gangguan sistem meningkatm perasaan takut meningkat.

Sedangkan menurut (Sundeen & Stuart, 2005) mengklasifikasikan jenis stres, yaitu:

- a. Stres ringan, pada jenis stres ini sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan yang akan terjadi.
- b. Stres sedang, pada jenis stres ini individu lebih memfokuskan hal penting saat ini dan mengesampingkan yang lain sehingga mempersempit lahan persepsinya.
- c. Stres berat, pada jenis stres ini lahan persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal lain. Semua perilaku ditujukan



untuk mengurangi stres. Individu tersebut mencoba memusatkan perhatian pada lahan lain dan memerlukan banyak pengarahan.

Dari penjelasan diatas, terdapat beberapa jenis stres dari beberapa tokoh. Seperti menurut (Donsu, 2017) secara umum stres dibagi menjadi dua yaitu, stres akut dan stres kronis. Sedangkan menurut (Priyoto, 2014) menurut jenis stres dibagi menjadi tiga yaitu, stres ringan, stres sedang, stres berat. Sedangkan menurut (Sundeen & Stuart, 2005) mengklasifikasikan jenis stres, yaitu, stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

### C. Hubungan Stres Dengan Agresivitas

Perilaku agresif menurut (Bandura, 1986) merupakan hasil dari proses belajar sosial melalui pengamatan terhadap dunia sosial. Pemicu umum dari agresi adalah ketika seseorang mengalami satu kondisi emosi tertentu, yang sering terlihat adalah emosi marah. Perasaan marah berlanjut pada keinginan untuk melampiaskannya dalam satu bentuk tertentu pada objek tertentu.

Selanjutnya menurut (Kartono, 2014) agresi merupakan suatu ledakan emosi dan kemarahan-kemarahan hebat, perbuatan-perbuatan yang menimbulkan permusuhan yang ditujukan kepada seseorang atau suatu benda. (Kartono, 2014) menjelaskan agresi adalah perilaku yang secara sengaja bermaksud melukai orang lain (secara fisik atau verbal ) atau menghancurkan harta benda.

Menurut (Baron & Byrne, 2005) agresi adalah siksaan yang disengaja untuk menyakiti orang lain. Sedangkan Menurut (Taylor et al., 2009) walaupun ada perbedaan dalam mendefinisikan agresi, namun dapat diambil kesimpulan sederhana mengenai agresi yang didukung oleh pendekatan *behavior* atau belajar, bahwa agresi adalah setiap tindakan atau perlakuan yang menyakiti atau melukai orang lain.

Adanya hubungan positif antara agresivitas *caregiver* lansia dan stres yakni dikarenakan seorang individu dapat melakukan agresivitas karena dilatar belakangi oleh stres seperti yang dikemukakan dalam teori (Baron & Byrne, 2005) bahwa agresivitas dapat terjadi karna stres yang dialami oleh seorang individu. Seperti yang tertera dalam kamus Chaplin stres didefinisikan sebagai keadaan dimana diri individu merasa tertekan baik secara psikis atau fisik (Baron & Byrne, 2005). Jika hal tersebut terjadi pada seorang individu sebagai *caregiver* lansia maka stres dapat terjadi dan menimbulkan agresivitas terhadap lansia tersebut.

Sebuah perawatan yang harus dilakukan oleh *caregiver* dapat membebani secara fisik maupun emosional, karena akan lebih banyak menghabiskan waktu, dan pastinya lebih mengorbankan pekerjaan serta kehidupan keluarga mereka. *Caregiver* sangat sering dihadapkan pada sebuah masalah terutama bagaimana mereka harus menghadapi sebuah derita yang dialami oleh orang yang sedang dirawatnya, hal tersebut dapat menyebabkan *caregiver* mengalami kecemasan, dan kurang percaya diri. Merawat anggota keluarga yang lansia adalah sebuah pengalaman yang unik tetapi dibalik itu semua ada hal yang dapat membuat stres sehingga dapat menimbulkan serta meningkatkan (Widyastuti et al., 2011). Teori tersebut didukung pula oleh data dari sebuah penelitian menunjukkan bahwasanya banyak *caregiver* yang memiliki tingkat stres dan depresi yang tinggi karena tugas yang ia miliki ketika mereka menjadi *caregiver*, lebih dari 40% menunjukkan tingkat stres yang tinggi (Alzheimer Association, 2019).

Penjelasan tersebut juga didukung oleh penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara tingkat stres terhadap tindak kekerasan pada *caregiver* lansia dimensia. Penelitian yang dilakukan oleh Yuliawati dan Handadari (2013) Hubungan antara kedua variabel tersebut, menunjukkan tingkat hubungan yang tinggi sebesar 0,558 dengan arah yang positif. Arah yang positif maksudnya adalah, ketika *caregiver* memiliki

tingkat stres yang tinggi maka tindak kekerasan juga tinggi, berlaku juga sebaliknya, semakin rendah tingkat stres yang dimiliki oleh *caregiver* maka tindak kekerasan juga akan semakin rendah.

Jadi dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasanya terdapat hubungan antara tingkat stres dengan agresivitas pada *caregiver* lansia.

#### **D. Kerangka Berpikir**

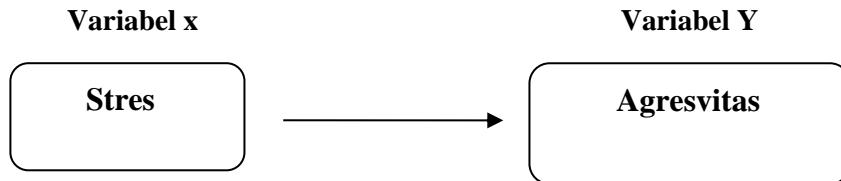
Agresi merupakan sebuah respon dimana mencari sesuatu untuk mengurangi ketegangan dan frustrasi kemudian diluapkan melalui sebuah perilaku yang banyak menuntut, memaksa dan menguasai orang lain. Sebagai perilaku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain ataupun objek-objek tertentu. Namun agresi hanya akan terjadi apabila individu tersebut mendapatkan stimulus yang tidak menyenangkan sehingga ia melakukan perilaku agresi. Selain itu, setiap perilaku kekerasan yang merugikan atau dapat menimbulkan korban pada orang lain dapat disebut perilaku agresif. Kemudian agresi didukung dari pendekatan behavioris atau belajar bahwa agresi merupakan setiap tindakan yang bersifat menyakiti atau melukai orang lain.

Fakta empiris menunjukkan bahwa perilaku agresivitas yang dilakukan oleh *caregiver* sering terjadi di masyarakat secara verbal maupun non verbal, Berdasarkan hasil studi fenomenologi yang telah dilakukan oleh (Kartika et al., 2019), menemukan bahwa *caregiver* mengalami beban tinggi dalam merawat lansia yaitu beban psikologis yang diidentifikasi melalui karakteristik verbal seperti stres, menangis, dan juga rasa bersalah karena harus meninggalkan klien untuk mencari nafkah, serta perubahan emosi klien yang sering marah dan berperilaku buruk. Sedangkan beban fisik dilihat dari ekspresi wajah kelelahan, ungkapan rasa lelah, jenuh dan capek.

Selain itu, kesulitan *caregiver* ketika merawat lansia terutama membagi waktu antara merawat dan peran lainnya, serta beban ekonomi terkait dengan biaya pengobatan lansia. (Al-Farsi & Lee, 2008) menemukan bahwa beban yang dialami *caregiver* saat merawat lansia berhubungan yang bermakna pada tingkat kekerasan yang dialami oleh lansia. Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa pada *caregiver* yang mengalami tingkat beban tinggi saat merawat lansia, lebih besar kemungkinan untuk melakukan tindakan kekerasan pada lansia baik secara fisik maupun verbal.

Merujuk pada ulasan diatas maka salah satu yang dapat menjadi penyebab terjadinya agresi adalah stres. Stres adalah respon individu terhadap keadaan-keadaan dan peristiwa-peristiwa (disebut stresor) yang mengancam individu dan mengurangi kemampuan individu dalam mengatasi segala bentuk stresor (Santrock, 2012). Stres dapat terjadi karena reaksi organisme terhadap rangsangan (stimulation) yang tidak menyenangkan, stres harus dipahami sebagai relasi interaktif yang terjadi di antara sistem fisik, fisiologis, psikologis dan perilaku (Hanurawan, 2010). Stres, depresi dan kecemasan yang dialami oleh *caregiver* membuat *caregiver* memiliki masalah ketika mengontrol emosi marah dan benci.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas maka dapat diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya agresi adalah stres. Berdasarkan penjelasan tersebut maka kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat digambarkan seperti di bawah ini:



### **E. Hipotesis**

Menurut (Azwar, 2008) hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara terhadap pernyataan penelitian, harus dinyatakan dalam bentuk kalimat yang isinya terdapat paling sedikitnya dua variabel untuk diuji serta harus diuji secara spesifik. Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ada hubungan antara tingkat stres dan agresivitas pada *caregiver* lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Farsi, M. A., & Lee, C. Y. (2008). *“Nutritional and Functional Properties of Dates: A Review”*, *Critical Ulasan dalam Ilmu Pangan dan Gizi*. Taylor & Francis.
- Al-Muyassar, T. (2021). *Quran Surat Al-Isra Ayat 23*. TafsirWeb. <https://tafsirweb.com/4627-quran-surat-al-isra-ayat-23.html>
- Alzheimer Association. (2019). Alzheimer’s Disease Fact and Figures. *Alzheimer’s & Dementia*, 15(2), 321–387.
- Aminudin, M. (2020). Pelaku Pemukulan Nenek di Kota Malang Adalah Anaknya Sendiri. *DetikNews*, 1. <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-5229197/pelaku-pemukulan-nenek-di-kota-malang-adalah-anaknya-sendiri>
- Ardani, T. A. (2007). *Psikologi Klinis*. Graha Ilmu.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Atkinson. (2000). *Pengantar Psikologi Edisi Kesebelas Jilid II*. Interaksara.
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian Psikologi*. Pustaka Belajar.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of Thought and Action. A Social Cognitive Theory*. Prentice hall.
- Baron, & Byrne. (2005). *Psikologi Sosial. Jilid 2. Edisi Kespuluh . Alih Bahasa (Ratna Djuwita (ed.))*. Erlangga.
- Berkowitz, L. (2006). *Emotional Behavior: Mengenali Perilaku dan Tindak Kekerasan di Lingkungan Sekitar Kita (Terjemahan oleh Susiatni)*. PPM Anggota IKAPI.
- Bukhori, B. (2008). *Zikir Al-Asma’ Al-Husna Solusi Problem Agresivitas Remaja*. Syiar Media Publishing.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Rajawali Pers.
- Dollard, A. S. C., & Miller, S. (2008). *Psikologi Kepribadian 3 : Teori-Teori Sifat dan Behavioristik*. Kanisius anggota IKAPI.
- Donsu, J. D. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Pustaka Baru Press.
- Evelyn, C. P. (2006). *Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis*. gramedia.

- Freud, S. (1979). *Memperkenalkan Psikoanalisa. Terjemahan Bertens*. Gramedia.
- Hanurawan, F. (2010). *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Hardjana, A. M. (1994). *Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres*. Kanisius.
- Kartika, A. W., Choiriyah, M., Kristianingrum, N. D., Noviyanti, L. W., & Kunci, K. (2019). *Pelatihan Tugas Perawatan Kesehatan Keluarga Caregiver Lansia dalam Pogram RURAL ( Rumah Ramah Lansia ) biologis , psikologis , sosial , dan ekonomi . Persentase lansia yang sakit pada 2018*. 5(3), 448–462.
- Kartono, K. (2014). *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*. Rajawali Pers.
- Koeswara, E. (1998). *Agresi Manusia*. PT. Erasco.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company, Inc.
- Myers, D. G. (2010). *Social psychology* (9th ed.). McGraw Hill.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2018). *Psikologi Abnormal di Dunia Yang Terus Berubah Edisi 9*. Erlangga.
- Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi Pendidikan Jilid II*. Erlangga.
- Prescott, L., John, P. H., & Donald, A. . (1999). *Microbiology*. McGraw-Hill.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Nuha Medika.
- Qualls, S. H., & Zarit, S. H. (2005). *Wiley series in clinical geropsychology. Aging families and caregiving*. John Wiley & Sons, Inc.
- Sadli, S. (1976). *Persepsi Sosial Mengenai Perilaku Menyimpang*. Bulan Bintang.
- Santoso, A., L, N. B., Santoso, A., & Lestari, N. B. (2008). Peran Serta Keluarga Pada Lansia Yang Mengalami Post Power Syndrome. *Nurse Media Journal of Nursing*, 2(1), 23–31. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v2i1.736>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development Edisi 13 Jilid 2 - Perkembangan Masa Hidup* (Wisnu Chandra Kristiaji (ed.); 13th ed.). Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (1994). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons, Inc.
- Schneider, K. J. (1998). Toward a science of the heart: Romanticism and the revival of psychology. *American Psychologist*, 53(3), 277–289. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.3.277>
- Selye, H. (2008). *Selye's Guide to Stress Research*. Van Nostrand Reinhold.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.



- Sujarweni, V. W., & Endrayanto, P. . (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Graha Ilmu.
- Sundeen, & Stuart. (2005). *Buku Saku Keperawatan Jiwa, edisi 3*. EGC. Smeltzer, S. C. Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears., D. O. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Kencana Prenada Media Group.
- Widyastuti, R. H., Sahar, J., & Permatasari, H. (2011). Pengalaman Keluarga Merawat Lansia dengan Demensia. *Jurnal Ners Indonesia, Volume 1 N*, 49–57.  
<https://ejournal.unri.ac.id/index.php/JNI/article/view/639>
- Wolf, R. S. (1998). Caregiver stress, Alzheimer's disease, and elder abuse. *American Journal of Alzheimer's Disease, 13*(2), 81–83.  
<https://doi.org/10.1177/153331759801300205>
- Yuliawati, A. D., & Handadari, W. (2013). Hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kekerasan pada caregiver lansia dengan demensia. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Masyarakat, 2*(4), 48–53. [journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkk82f2900ab0full.pdf](http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkk82f2900ab0full.pdf)
- Zarit, S. H., Johansson, L., & Jarrott, S. E. (1998). Family caregiving: Stresses, social programs, and clinical interventions. In F. P. Nordhus IH, VandenBos GR, Berg S (Ed.), *Clinical geropsychology*. (Vol. 26). American Psychological Association.  
<https://doi.org/10.1037/10295-026>